13.001 Cestovina so syrom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
cestoviny	5,50	5,50	7,00	7,00	8,00	8,00	9,50	9,50
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
olej	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30	0,40	0,40
maslo	1,00	1,00	2,00	2,00	3,00	3,00	4,00	4,00
syr tvrdý	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	3,50	3,50
pažítka čerstvá	0,10	0,07	0,15	0,12	0,15	0,12	0,15	0,12
hmotnosť porcie v g	150		210		240		290	

Receptúra

Výrobný postup

Cestoviny uvaríme v slanej vode, scedíme, prepláchneme studenou vodou, pomastíme olejom. Cestovinu zohrejeme na požadovanú teplotu. Podávame posypanú postrúhaným syrom a poliatú roztopeným maslom. Každú porciu nakoniec posypeme umytou na jemno posekanou čerstvou pažítkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	Vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1429	343	9,39	14,8	1,2	41,6	1,6	155,9	0,7	0,087	0,1	0,1	0,4	0,6
B	2054	493	12,25	25,1	1,5	53,0	2,0	209,6	0,9	0,150	0,1	0,1	0,7	0,7
C	2603	625	14,60	35,3	1,8	60,7	2,3	260,9	1,0	0,212	0,1	0,1	0,8	0,9
D	3317	796	18,75	47,3	2,5	72,1	2,7	361,5	1,3	0,285	0,1	0,2	0,8	1,0